

Nutrición en Acción: Diseñando Charlas Efectivas para Madres y Niños

Ciencias de la Salud | Enfermería | Aprendizaje Basado en Retos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para estudiantes universitarios de Enfermería y tiene como propósito principal desarrollar habilidades para elaborar y presentar una charla educativa sobre nutrición dirigida a madres y niños, utilizando una guía específica orientada a este público. Los estudiantes aprenderán a trabajar en equipo, compartir conocimientos y solicitar información interdisciplinaria, fomentando la colaboración con compañeros de otras carreras.

El contenido es relevante porque prepara a los futuros profesionales de la salud para interactuar efectivamente con la comunidad, promoviendo hábitos alimenticios saludables desde la infancia. Además, la actividad conecta con la vida real al simular un escenario típico en la labor comunitaria o clínica, donde la comunicación clara y empática es clave para el éxito de la educación en salud.

La metodología de Aprendizaje Basado en Retos permitirá a los estudiantes enfrentar un desafío real: diseñar una charla comprensible, atractiva y basada en evidencias, que atienda las necesidades específicas de madres y niños, promoviendo así competencias comunicativas, de trabajo colaborativo y pensamiento crítico.

Objetivos de Aprendizaje

- Diseñar una charla educativa sobre nutrición dirigida a madres y niños, utilizando una guía específica.
- Colaborar efectivamente en equipos multidisciplinarios para la elaboración del contenido de la charla.
- Solicitar y aplicar información relevante proveniente de estudiantes de otras carreras para enriquecer la charla.
- Brindar apoyo y retroalimentación constructiva a compañeras de años inferiores durante el proceso de diseño.
- Evaluar críticamente el contenido y la presentación de la charla para asegurar su claridad y pertinencia.

Recursos Necesarios

- Guía impresa orientada a la madre y el niño sobre nutrición (1 por equipo).
- Computadoras o tabletas con acceso a internet para búsqueda de información adicional y diseño de presentaciones.
- Proyector y pantalla para presentación final.
- Materiales para elaboración de afiches o mapas conceptuales (papel, marcadores, post-its).
- Formulario impreso para autoevaluación y coevaluación.
- Reloj o cronómetro para control de tiempos.
- Espacio físico adecuado para trabajo en equipo y presentación.

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos de nutrición humana y salud materno-infantil adquiridos en cursos previos de Enfermería.
- Habilidades básicas en trabajo en equipo y comunicación oral.
- Experiencia previa en búsqueda de información científica y manejo básico de herramientas digitales.
- Actitud proactiva para colaborar y solicitar apoyo interdisciplinario.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Introducir a los estudiantes en la importancia de la nutrición en la salud materno-infantil y contextualizar el reto de elaborar una charla educativa clara y efectiva.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Presenta un breve caso real: "Una madre primeriza acude a la consulta preocupada porque su hijo de 1 año no come alimentos variados y teme que esto afecte su crecimiento".
- **Estudiantes:** En parejas, responden a la pregunta: "¿Qué aspectos nutricionales consideran esenciales para abordar en una charla con esta madre?"
- **Docente:** Recoge algunas respuestas y las anota en la pizarra para visualizar ideas comunes.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Comparte un dato impactante: "Según la OMS, una alimentación adecuada en los primeros años de vida puede reducir en un 45% la mortalidad infantil relacionada con enfermedades prevenibles".
- **Estudiantes:** Reflexionan brevemente sobre la relevancia social de su futura labor profesional.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la sesión se centrará en diseñar una charla que será presentada a madres en un contexto comunitario, resaltando la necesidad de trabajo en equipo y búsqueda de información interdisciplinaria.
- **Estudiantes:** Escuchan atentamente y se preparan para el reto que enfrentará su grupo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

El docente introduce la guía orientada a la madre y el niño sobre nutrición, destacando sus secciones clave y explicando cómo utilizarla para estructurar la charla.

Actividad 1: Análisis y distribución de roles en equipo

- **Objetivo:** Diseñar la estructura de la charla colaborativamente.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Divide a los estudiantes en equipos de 4 personas.
- Entrega una copia de la guía a cada equipo.
- Pide que en 10 minutos analicen la guía y distribuyan roles para la elaboración de la charla (por ejemplo, investigador, diseñador de contenido, coordinador, presentador).
- Solicita que identifiquen qué información necesitan de otras carreras (nutrición, psicología, educación, etc.) para enriquecer su charla.

- **Organización:** Grupos de 4 personas.

- **Producto:** Plan de roles y lista de información interdisciplinaria requerida.

- **Rol docente:** Observa la organización, pregunta sobre la distribución de tareas y motiva la inclusión de perspectivas externas.

- **Tiempo:** 10 minutos.

Actividad 2: Búsqueda y solicitud de información interdisciplinaria

- **Objetivo:** Solicitar y aplicar información de otras disciplinas para enriquecer el contenido.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Indica que cada equipo debe realizar consultas breves a estudiantes de otras carreras (o simular estas consultas), usando preguntas específicas para obtener datos relevantes.
- Ejemplos de preguntas: "¿Qué aspectos psicológicos debemos considerar para motivar a las madres a cambiar hábitos alimenticios?" o "¿Qué estrategias educativas pueden hacer más efectiva la charla?"
- Los equipos recopilan la información y deciden cómo incorporarla en su charla.

- **Organización:** Grupos de 4 personas; interacción con otros estudiantes o simulación guiada por el docente.

- **Producto:** Resumen breve de aportes interdisciplinarios integrados en la charla.

- **Rol docente:** Facilita el contacto, supervisa la calidad de las preguntas y orienta sobre la aplicación práctica.

- **Tiempo:** 12 minutos.

Actividad 3: Elaboración y práctica de la charla

- **Objetivo:** Crear y ensayar la presentación oral de la charla sobre nutrición.

- **Instrucciones:**

- Los grupos diseñan una presentación breve (5-7 minutos) que incluya los puntos clave de la guía y la información interdisciplinaria.
- Preparan materiales visuales simples (afiches, mapas conceptuales o diapositivas digitales).
- Realizan un ensayo dentro del grupo, brindando retroalimentación mutua.

- **Organización:** Grupos de 4 personas.

- **Producto:** Guion y materiales de la charla; ensayo grupal.

- **Rol docente:** Observa, hace preguntas para mejorar la claridad y coherencia, y fomenta el apoyo entre compañeras de años inferiores.
- **Tiempo:** 18 minutos.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Proponer que elaboren preguntas frecuentes para madres que podrían surgir tras la charla y busquen respuestas fundamentadas.
- **Para estudiantes que requieren apoyo:** Ofrecer guía personalizada para estructurar ideas y simplificar el contenido, además de facilitar ejemplos claros.

Transiciones:

El docente conecta la actividad de análisis con la búsqueda de información enfatizando que una buena estructuración facilita la integración de datos externos. Luego, enlaza la búsqueda con la elaboración práctica señalando que toda información debe ser comunicada de forma clara y atractiva para el público objetivo.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Solicita a cada equipo que comparta en plenaria tres ideas clave que incluirían en su charla y una dificultad que enfrentaron.
- **Estudiantes:** Presentan sus ideas y reflexionan brevemente sobre el proceso.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo contribuyó tu trabajo en equipo a mejorar la charla?
- ¿Qué aprendiste al solicitar información a estudiantes de otras carreras?
- ¿Qué aspectos mejorarías para futuras charlas dirigidas a la comunidad?

Retroalimentación:

- **Docente:** Brinda comentarios inmediatos destacando fortalezas en el trabajo colaborativo y la integración interdisciplinaria, y sugiere mejoras concretas para el diseño y presentación.

Transferencia:

- **Docente:** Explica que las habilidades desarrolladas son fundamentales para la práctica profesional en salud comunitaria y que podrán aplicar estos conocimientos en futuros proyectos de extensión o en el ámbito clínico.

Tarea o reto:

- Preparar una versión escrita de la charla para ser utilizada como material educativo en una visita comunitaria próxima, incluyendo las preguntas frecuentes elaboradas durante la diferenciación.

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante la fase de desarrollo (observación directa y retroalimentación) y sumativa en el cierre (presentación y reflexión).

Criterios de evaluación:

- Diseño coherente y estructurado de la charla (relacionado con el objetivo de diseñar la charla).
- Participación efectiva y colaborativa en el equipo (relacionado con el trabajo en equipo y ayuda a compañeras).
- Integración adecuada de información interdisciplinaria solicitada (relacionado con la solicitud y aplicación de información externa).
- Claridad y pertinencia en la presentación oral (relacionado con la evaluación crítica del contenido y presentación).
- Capacidad de reflexión metacognitiva sobre el proceso de aprendizaje (relacionado con la autoevaluación y coevaluación).

Instrumentos sugeridos:

- Rúbrica para evaluar la estructura, contenido y presentación de la charla.
- Lista de cotejo para participación en trabajo en equipo y colaboración.
- Observación directa durante actividades y ensayo.
- Formulario de autoevaluación y coevaluación para reflexión personal y grupal.

Evidencias de aprendizaje:

- Plan de roles y estructura de la charla elaborados en equipo.
- Resumen de aportes interdisciplinarios integrados.
- Materiales visuales y guion de la charla.
- Presentación oral realizada en plenaria.
- Respuestas y reflexiones en la actividad de cierre.

Enriquecimientos

Desarrollo - Ejemplos

Ejemplos Prácticos y Casos de Estudio para la Sesión

Estos ejemplos y casos de estudio están diseñados para ser trabajados en equipo durante la sesión de 1 hora, promoviendo la colaboración y la interacción con estudiantes de otras carreras, alineados a la metodología Aprendizaje Basado en Retos (ABR) y los objetivos del plan.

- **Ejemplo Práctico 1: Diseño de una charla para madres con niños pequeños en riesgo de desnutrición**

Contexto: Un centro comunitario en una zona urbana presenta reportes de niños con déficit de peso y baja ingesta de micronutrientes.

Reto: En grupos de 4-5 estudiantes, diseñar una charla educativa dirigida a madres con hijos menores de 5 años, utilizando la guía orientada a la madre y el niño. La charla debe abordar:

- Importancia de la alimentación balanceada y micronutrientes esenciales.
- Ejemplos de alimentos accesibles y nutritivos en la región.
- Consejos prácticos para mejorar la alimentación diaria.

Actividad colaborativa: Los estudiantes deben asignar roles (investigador, diseñador, presentador, coordinador) y buscar información complementaria con estudiantes de Nutrición o Psicología para enriquecer la charla.

• Ejemplo Práctico 2: Resolución de un caso de estudio sobre anemia en niños

Contexto: En una escuela rural, se detectó que varios niños presentan síntomas de anemia (fatiga, palidez, bajo rendimiento escolar).

Reto: En equipo, analizar el caso y elaborar una charla para madres enfocada en:

- Identificación de signos y síntomas de anemia en niños.
- Alimentos ricos en hierro y vitamina C para mejorar la absorción.
- Recomendaciones prácticas para prevenir la anemia desde el hogar.

Interacción interdisciplinaria: Los estudiantes deben solicitar a compañeros de carreras como Nutrición o Medicina información actualizada sobre protocolos de prevención y tratamiento, y compartirla con compañeras de años inferiores que apoyarán en la difusión comunitaria.

• Ejemplo Práctico 3: Estrategia para motivar el cambio de hábitos alimenticios en madres adolescentes

Contexto: Un centro de salud juvenil atiende a madres adolescentes que presentan hábitos alimenticios poco saludables.

Reto: Crear una charla que sea atractiva y motivadora para este grupo, incluyendo:

- Información sobre la importancia de la nutrición para ellas y sus hijos.
- Técnicas de comunicación sencilla y empática para generar confianza.
- Incorporación de actividades participativas dentro de la charla para fomentar la interacción.

Trabajo en equipo: Se sugiere que los estudiantes coordinen con compañeros de Psicología para incluir estrategias motivacionales y con estudiantes de Comunicación para mejorar la presentación y lenguaje corporal.

Implementación durante la sesión

Tiempo	Actividad
10 minutos	Presentación del reto y formación de equipos interdisciplinarios.
30 minutos	Trabajo en equipo para diseñar la charla usando la guía orientada a madres y niños.

15 minutos	Presentación breve de cada equipo y retroalimentación entre pares y docentes.
5 minutos	Reflexión grupal sobre la experiencia de trabajo colaborativo y solicitud de ayuda intercarreras.

Estos ejemplos y estructura fomentan el desarrollo de habilidades de trabajo en equipo, comunicación efectiva, y colaboración con estudiantes de otras carreras, en coherencia con los objetivos de aprendizaje y la metodología ABR.